

## الشخصية النرجسية

### ”رؤية تحليلية في ضوء النظرية المعرفية“

أ.د. محمد أحمد إبراهيم سفيان

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة الزقازيق

#### الملخص:

الشخصية النرجسية لديها صورة مفرطة ومشوهة لذاتها ، وهي تسعى للمركز حول ذاتها من أجل حماية نفسها من الضعف والنقص وزيادة إحساسها بالتميز والقوة ، وعندما تقيم علاقة مع الآخرين يكون هدفها استقلالهم واحتقارهم ؛ لتظل هي الأقوي والأجمل والأفضل . الشخصية النرجسية في كل الأحوال لها قوانين خاصة بها واستثناءات تخدم صورتها عن ذاتها ، ومن يعترض على ذلك يسبب الجرح النرجسي لها ويحولها إلى شخصية عدوانية ؛ في ضوء ما سبق فإن الشخصية النرجسية تمثل قصة حياة مضطربة من الميلاد حتى الممات .

#### الكلمات المفتاحية للبحث :

النرجسية Narcissism

معرفية او معرفية Cognitive

الشخصية Personality

نرجسي Narcissistic

النظرية Theory

#### مقدمة :

يعد اضطراب الشخصية النرجسية نموذج شامل وواسع من الرؤية المشوهة للذات وللآخرين. فبالرغم أنه يعد من الطبيعي والصحي اكتساب اتجاه إيجابي نحو الذات إلا أن الأشخاص النرجسين يبدون رؤية مبالغ فيها نحو الذات ككونهم متميزين ومنفردين، وبجانب الثقة الزائدة يبالغ النرجسي في انشغال الذات، فالنرجسي مقع بالنشاط وذات طبيعة تنافسية نحو الذات. وحينما يفشل الآخرون في إقرار تلك المنزلة الرفيعة للشخص النرجسي فإنه يميل إلى اعتبار ذلك جفاء في المعاملة من قبل الآخرين ويصبح غاضباً وفي حالة دفاع عن ذاته مع شموهه بالأسى والاكتئاب.

يتباهى النرجسيون بمكانتهم الاجتماعية رغم قصورهم في الالتزام بالمبادئ الاجتماعية والأخلاقية ، فكون النرجسي يتمتع بالتمركز حول الذات وكذلك عدم المشاركة الوجدانية للآخرين ؛ فإن ذلك يمكنه من تحويل علاقاته الودية في اتجاه انشغاله الذاتي (الأنهالك الذاتي) بطريقة تدعو إلى غضب الآخرين منه ، فقد يتحول سلوكه الرقيق إلى غطرسة وتحجر القلب وتبليد الشعور. فالنرجسي يفتقر إلى الشعور باحتياجات ومشاعر الآخرين سواء كان ذلك في الأمور البسيطة أو الكبيرة ، فالهم له إشباع حاجاته حتى ولو كانت على حساب الآخرين ، وقد يحسد النرجسي نجاحات الآخرين ويحكم عليهم ويشكك فيهم من قبيل الغيرة، فيعتبرهم منافسين متجاوزين لحقوق الآخرين، ويمتلك النرجسي البراعة في تحريف الاتهامات حيث يلقي باللوم والأخطاء على الآخرين.

يلجأ النرجسي إلى أن يصبح بغيضاً ويتخذ موقفاً دفاعياً عند مواجهة أي قيود أو نقد من الآخرين وقد يرى الآخرون قساة، متبلدوا المشاعر، غير جديرين بالثقة ، وخاصة في الحالات التي يحتاج فيها إلى الدعم العاطفي منهم. فالأشخاص النرجسيون لديهم القدرة على الحفاظ على زمرة من المعجبين ولكن غالباً من أجل تحقيق مصالحهم الخاصة والحصول على الإعجاب والمدح منهم ، ورغم ما يحققه النرجسيون من مكاسب بواسطة علاقتهم مع الآخرين إلا أنهم يفتقرون إلى المودة وكثيراً ما يتخلصون من العلاقات طويلة الأمد .

النرجسيون قد يكون لديهم تاريخ طويل من نبذ الآخرين لهم ، ويرجع ذلك إلى عدم رغبة النرجسي في مصادقة من يجعله في صورة تبدو سيئة أو من يجعله يفتش في الارتقاء بوضعه.

في بعض الأحيان وكنتيجة لتراكم توقعات غير منطقية حول الإحساس بالعظمة يتفجر لدى النرجسيين الشعور بالاكتئاب بسبب الفرص الضائعة والإحساس الزائف بالاستحقاق ، وغالباً ما يلجأ النرجسيون المصابون بالاكتئاب إلى اللاذل وهو قوتهم ومنزلتهم الاجتماعية وقد يلجأ إلى التركيز في شكاوهم على الظروف هؤلاء الذين اساءوا معاملاتهم أو تسببوا في شعورهم بخيبة الأمل ، فالإحساس بالعظمة والإجلال قد يكون دليلاً على الاستياء المرير من عدم النجاحات

البسيطة أو فقد القدرة على الحفاظ على التفرد الذي كان يتمتع به النرجسي في مرحلة سابقة في حياته.

### لمحة تاريخية:

تستمد النرجسية أصولها من الأسطورة اليونانية عن شاب يدعى نرجس وقع في غرام صورته التي رآها منعكسة على المياه وفي ظل انغماسه في الإعجاب بصورته المنعكسة غرق وصار زهرة تدعى زهرة النرجس. وكانت أول إشارة إلى تلك الأسطورة في الأدب السيكلوجي في تقرير لحالة مرضية قام به Havelock Ellis عام ١٨٩٨ .

وقام فرويد بدمج هذا المفهوم في أوائل مقالاته النظرية المتعلقة بالنمو النفسي الجنسي ، وقد وصف النرجسية بكونها مرحلة طبيعية من مراحل النمو النفسي التي تتبع مرحلة الاستمناء (التهيج الذاتي) والتي تنضج في آخر الأمر إلى حب جنسي ، ويعتقد أن الصراعات البارزة في مرحلة تطور هذا الحب تتسبب في الثبات عند تلك المرحلة .

أما من منظور العلاقات البينشخصية والتي تطورت على يد الفرد أدلر فإنه يرى أن الدافع الرئيسي في نمو الشخصية هو الكفاح من أجل التغلب على الإحساس بالدونية التي تتبع من المقارنة بالآخرين وأطلق على تلك العملية مسمى التعويض . والشخصية النرجسية طبقاً لذلك النموذج هي نتاج أفعال تعويضية لشخص يرى ذاته على أنه لا يشكل أهمية ويشعر بالدونية مقارنة بالآخرين .

أما عن نظرية التعلم الاجتماعي للنرجسية التي تطورت على يد "ميلون" فقد ركزت على التقدير المبالغ فيه من قبل الوالدين . وطبقاً لما صرح به ميلون، حينما يُضخم الأبوان من شعور الطفل بالاستحقاق الذاتي (التقدير الذاتي) والأهلية فإن صورة الذات تُعزز بصورة تناقض ما هو موجود في الواقع ، وينتج عن تلك الصورة الذاتية المبالغ فيها الغضب حينما تحدث لهذه الشخصية إحباط .

### الجانب البحثي والتجريبي:

النرجسيون يُنظر إليهم من الناحية الإكلينيكية من منظور ضعف التقدير الذاتي (فساد التقدير الذاتي) وفي ذات الوقت فإنهم أكثر مقاومة لتهديدات التقدير الذاتي ، ويتعامل الشخص النرجسي مع حالة عدم الانسجام التي يشعر بها من خلال العداء ( السلوك العدواني ) وهذا تصرف سلوكي مركب يتناقض مع هؤلاء الذين يبخسون قدر أنفسهم ، فالنزعة الخادعة الإيجابية عن الذات ترتبط بالسلوكيات العدوانية والميوب في العلاقات البينشخصية .

ولقد تم ملاحظة أن هناك ارتباطاً بين النرجسية والعدوان في كثير من الدراسات العملية. فالنرجسية ترتبط بالسيطرة (الهيمنة) والعدوان وكذلك بالمظنة وعدم الاكتراث والاستخفاف بالآخرين. فاستعداد النرجسي للتصرف بشكل عدواني مع الآخرين يتم عن طريق تهديدات خاصة لأننا مثل التقييم السيئ من الآخرين له .

بالرغم أن التقييم الذاتي والنرجسية على صلة وثيقة ببعضهما البعض إلا أنهما لا يحملان نفس المعنى. فليس بالضرورة أن يكون الأفراد الذين يتمتعون بالتقدير الذاتي العالي نرجسيين ولكنهم على ثقة بكفاءتهم الشخصية ويعتمد تقديرهم على التقييم الواقعي للذات والمواهب والانجازات القائمة كما أن علاقاتهم تتماشى في ضوء سياق قواعد السلوك الاجتماعية. أما بالنسبة للنرجسيين فإن التقدير الذاتي يُقام على النجاح البارز من وجهة نظرهم وأي تجربة تحاول أن تتحدى ذلك النجاح تصبح مهددة للتقدير الذاتي. النرجسيون يؤكدون دائماً على الصورة القوية الخالية من الأخطاء تماماً ،

طبقاً للمعادلة المعرفية : يعتقد النرجسي بأن النجاح الذي حققه زائف أو تم تحقيقه على حساب الآخرين وقد سبب أضراراً لهم ، فالمنافسة لدى النرجسي منافسة هدامة يسعى من خلالها إلى هدم الآخر ليظل هو الأقوى والأفضل والتميز وبدون النجاح والتميز يُصبح النرجسي - من وجهة نظره - عديم الأهمية وغير جدير بالتقدير .

### سمات أساسية للشخصية النرجسية :

- ١- لديه إحساس مبالغ فيه بالتفخيم أو الأهمية الذاتية على سبيل المثال: أنه يبالغ في إنجازاته ومواهبه ويتوقع الاعتراف به على أنه فائق دون وجود إنجازات حقيقية تؤكد ذلك.
- ٢- ينشغل بالتخيلات حول نجاح غير محدود أو قوة أو تفوق أو جمال أو حب مثالي.
- ٣- يعتقد أنه متميز ومتفرد وينبغي أن يرافق من له خصوصية أو مكانة مرتفعة.
- ٤- يتطلب إعجاباً زائداً ومبالغاً فيه من قبل الآخرين ومع ذلك لا يشاركهم وجدانياً.
- ٥- لديه إحساس بالأهمية ؛ أي توقعاته غير منطقية لمعاملة طيبة خاصة أو الموافقة التلقائية لتوقعاته.
- ٦- مستغل في علاقاته بينشخصية ؛ أي يستفيد من الآخرين لتحقيق غايته الخاصة.
- ٧- تنقصه المشاركة للآخرين وغير راغب في إدراك المشاعر وحاجات الآخرين والتوحد معهم.
- ٨- يحصد الآخرين غالباً أو يعتقد أن الآخرين يحسدونه.
- ٩- يبدى سلوكيات أو اتجاهات متعجرفة ومتفطرسة.

### صياغة مفهوم النرجسية :

إن معادلة تحقيق التفرد والتميز للهروب من الشعور بالدونية يمكن أن تنمى من خلال العديد من الطرق. فالاتجاهات النرجسية تختزن في داخل عنصر الوراثة ثم تُشكل من خلال الأبوين اللذين يبالغون في تعويض مشاعر الدونية وعدم الأهمية. هيدلاً من تعليم الأولاد تقبل تلك المشاعر ومحاولة السيطرة عليها بشكل طبيعي وإزالتها تصبح تلك المشاعر وكأنها تهديدات يجب الانتصار عليها وذلك عن طريق اكتساب تأييد خارجي أولاً.

أ.د. همد أحمد إمام ————— الشخصية النرجسية : رؤية تحليلية في ضوء النظرية المعرفية

في بعض الحالات يفقد الشخص النرجسي القدرة على المواجهة مما يؤصل لديه الإحساس العميق بالسونية وعدم الأهمية ، وتتفاقم محاولات الانتصار على الإحساس بالسونية والحفاظ على الصورة الإيجابية لتقدير الذات من خلال استراتيجيات تنمية الإحساس بالعظمة والإجلال.

تُعزز التجارب الواسعة النطاق الخبرات للتنمية النفسية. فالوجود الفعلي لبعض المواهب والسمات التي لها قيمتها يُدعم الخيال المرتبط بالإحساس بالعظمة والانفعال بالتميز . كما أن السعي للحصول على مكانة اجتماعية تُثير الاستجابات الاجتماعية التي تعزز الإحساس بالتميز. فالانضمام إلى المؤسسات الاجتماعية التي تناصر الاعتقادات والتي تناصر التمييز يعزز الشعور بالقوة لدى النرجسي .

### الجرح النرجسي

من العوامل التي تهدد صورة النرجسي لذاته الشعور بأنه يبدو سيئاً أو فقد مكانته المتميزة أو أسلحة المواجهة ، ولقد أطلقنا على تلك التهديدات الجرح النرجسي وحين مواجهة الشخص النرجسي بتلك الإهانة يُجن جنونه ويأخذ الجانب الدفاعي عن ذاته وقد يتصرف بشكل عدواني دون إعطاء أي اعتبار للآخرين.

لاحظ سلوكيات النرجسي الذي تعرض إلى إهانة أو علاقة عاطفية فاشلة أو زواج فاشل تجد أنه يوجه أسلحته للقضاء على من سبب له الجرح النرجسي فنجد يشهر به ويلصق به الإشاعات ويظهر ضعفه ويضع أمامه العراقيل ليمنع تقدمه ، وإذا زاد جرح النرجسي قد يقتل من سبب له الجرح.

### نموذج حالة

هذه حالة فتاة نرجسية تعاني من مشكلات في العمل وتوتر في العلاقات الشخصية ، فقد نشأت على الاعتقاد بأن كونها بنت جميلة فهذا يعني أنها تستحق أن تدلل من قبل الآخرين ، وأنها متميزة مقارنة بتلك الأناس الذين أقل منها جمالاً، والمعلومات التي تتعلق بطفولتها تشير إلى :

- ١- إغفال الوالدين عن تربيتها جيداً والاهتمام فقط بتلبية احتياجاتها المادية.
- ٢- الاهتمام والتركيز على التنافس فيما بين الأولاد في الأسرة.
- ٣- الشعور بالدونية فيما يختص بالجانب العقلي مقارنة بأخوتها.
- ٤- نظرات الإعجاب الخاصة لها التي جعلتها تشعر بالتميز والأهمية.

### الاعتقاد الجوهري Core beliefs:

انا اشعر بالدونية ولكي اعوض تلك الشعور لابد وان اكون متميزة.

### الإدعاءات Assumptions:

- كوني جميلة يعني ذلك تميزي وتفردتي.
- انا استحق معاملة خاصة.
- انا في حاجة إلى من يعجب بي (بيدي إعجابه بي).

### الخطط الدفاعية Coping strategies:

الإلحاح في طلب جذب انتباه الآخرين ورضاهم والشكوى أو الهجوم على الآخرين حينما يتحدونها أو يحبطونها.

### إدعاءات مشروطة

- (أ) دليل للتميز: يعتقد النرجسي "يجب أن أنجح لأثبت تفردتي". يعتقد النرجسي أيضاً أنه بدون النجاح فذلك يعني أنه ليس جدير بالاهتمام.
- (ب) العلاقات الشخصية كألوات: يرى النرجسي الآخرين كألوات أو أشياء يتمكن من خلالها من تحقيق التميز ويبذل مريض النرجسية مجهوداً عقلياً ضخماً في مقارنة نفسه بالآخرين والحكم على مكانة الآخرين .

### (ج) القوة والأهلية

يستخدم النرجسي كلاً من القوة والأهلية كدلائل على التميز ، ويعتقد انه كلما كان قوياً كلما أصبح في ثقة وشعر بالتححرر من الشكوك ، وكوسيلة للسيطرة على الآخرين فإن النرجسي قد يعدل الحدود ويتخذ آراء أحادية

الجانب وسيسيطر على الآخرين ويحدد استثناءات للقواعد التي تطبق على الآخرين ،  
وان فقد القوة يمثل أزمة لهذا المريض ؛ الأمر الذي يثير فيه العداء والمقاومة  
والاكتئاب بعض الشيء .

إن الشخص النرجسي قد يكون صارم وعنيد وقاسي في التواصل مع الآخرين  
لأنه يعتقد أن الشخص المتميز ، لابد وان يكون له حكم متميزاً أيضاً ، فأراء واحكام  
الآخرين تُصالح دون إغارة الاهتمام إلى معرفة هذا الشخص وخبرته الذي نصادر  
حكمه .

وحيثما يحتاج النرجسي إلى بعض المعلومات فإنها بالضروري تخلى  
الإدعاءات بتفرد ، فهو يرى أن الأشخاص المتفردين يُدركون ما هو صحيح حتى وان  
كان للموضوع محل النقاش بعيد المجال عن معرفتهم ، فالنرجسي يفضل الإمساك  
بزمم الأمور وإملاء الأوامر ، فهو يرى أنه يعلم ما يصلح لهؤلاء الناس ولكنه لا يفضل  
قبول آراء الآخرين ، وهو يشعر بالارتباك والغضب حينما لا يتبع الآخرون توجيهاته ،  
فإذا تم تحديه أو محاولة رفض نصائحه فقد يفسد ذلك شعوره بالتقدير الشخصي  
والاستحقاق .

### الاستثناءات لدى النرجسي

إعلاء شرطي آخر للقوة وهو اعتقاد النرجسي بالاستثناء (الحصانة) من  
القواعد العادية والقوانين الخاصة بالعلم والطبيعة ،النرجسي لا يقبل الاستثناءات  
الضللة يقول "يستحيل أن يحدث ذلك لي" هذا هو السلوك حين يفشل الاستثناء  
فالنرجسي يفترض كشرط من شروط القوة أنه لابد على الآخرين تلبية  
احتياجاته ولا يجب أن تتعارض احتياجات أي شخص آخر مع احتياجاته ، ولذلك  
يميل النرجسي إلى المواقف التي يشعر فيها بالرضا الذاتي . ومن أبسط الأمثلة على  
ذلك : يحتل أفضل كرسي وأكبر شريحة من اللحم واختيار أفضل غرفة للنوم أو  
احتلال تام للمحادثات مع مطالب شخصية بتزويد نصيبه في ميزانية الأسرة أو  
المطالبة بميراث باهظ (خيالي) . فالتأكيد على مطالبه ينقصه مراعاة شعور  
الآخرين أو وضع اعتبار لهم ، فإذا لم يشبع الآخرون احتياجات الشخص النرجسي



شاملة الحاجة إلى التميز أو التحرر من الشعور بعدم الملائمة فإن الآخرين يستحقون العقاب".

وفي ضوء قاعدة الاستثناء يقول النرجسي : إذا أردت شيئاً لا بد أن أحصل عليه ، " ولا بد أن أشعر بالرضا والسرور طوال الوقت" ، "إذا لم أكن سعيداً فلا بد ألا يشعر أحد بالسعادة" "لا بد أن أشعر أنا على وجه الخصوص بأنني سعيد". ويصبح النرجسي غير متسامح وبذيء إذا ما تعرض للنقد الذي يعتبره ضعفاً ، فالنرجسي عادة ما يمتنع عن مناقشة المشكلات والاهتمامات التي قد تشوه صورة ذاته وتجعله ضعيفاً أمام الآخرين ، كما أن إبراز الاهتمام بسميزات الآخرين لا يكون مقبولاً لدى النرجسي حتى لا يُرى ضعفه.

### صورة الذات لدى النرجسي

يعتقد النرجسي أن الصورة هي كل شيء لأنها تعكس الاستحقاق الذاتي ، فالفحص والحفاظ على صورته يُعد من أولى اهتماماته . فالاعتقادات الذاتية تجعله يعتقد أن هناك من يلاحظه ، كما أن المقارنة مع الآخرين من ذوى المكانة الرفيعة يُعد شهرة له ، فقد أشار أحد النرجسيين بكل ثقة أن "الله يعجب بي" وعلى هذا فإن الفشل في أن يبدو في صورة جيدة أو يعجب به الآخرون تُسبب اضطراباً شديداً لديه فقد ينتج عن ذلك غضب التأمل المصاحب بالشك في الذات ومخاوف متعلقة بمعتقدات سلبية.

### عندما يقدم النرجسي مساعدة للآخرين

يتجه الشخص النرجسي إلى خلق مجال من الفرص الشخصية وذلك من خلال مبالغته في وصف احتياجاته وضعف الآخرين وبيالغ أيضاً في قدراته وأخلاقياته فهو يرى "هم في حاجة لي" "وأنا أقدم لهم ذلك كخدمة" مما يُفسر التصرفات التي تشبع الذات وتتسم بالاستغلالية ، فعلى الرغم من حقيقة كون النرجسي يخدم الآخرين إلا أنه يبالغ في الحديث عما قام به من منافع للآخرين ، حتى في حالة عقابه للآخرين فإنه يرى في ذلك أنه "درس يحتاجون إليه وذلك لمصلحتهم".

أ.د. محمد أحمد إبراهيم هنيدي ————— الشخصية الترجسية : رؤية تحليلية في ضوء النظرية المعرفية

ملاحظة :

في معالجة أخرى إن شاء الله سوف يعرض الباحث لطريقة علاج اضطراب الشخصية الترجسية في ضوء النظرية المعرفية.